


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с. Окунёво»
Мелёхинская средняя общеобразовательная школа**

д.38, ул. Ленина, с. Мелёхино, Бердюжский район, Тюменская обл., 627451,
т/ф (34554)33131/(34554)33131/ melehino_srednya@mail.ru

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий филиалом
 **Ташланова С.Ю.**

МЕНЮ

10 день

на 20.11.2020г

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат из капусты с морковью	1,3	3,1	7,7	60	80	2,60
Колбасные изделия отварные с маслом	7,9	8,3	0,3	108	100	36,00
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	150	9,19
Чай «Витаминный»	0,7	0,1	19,8	82,9	200	3,01
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	80	3,36
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	40	1,84
Вафли мягкие с начинкой					40	10,00
Йогурт в инд..упаковке Нежный						14,00
Итого						80,00

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Салат из капусты с морковью	1,3	3,1	7,7	60	100	3,25

Колбасные изделия отварные с маслом	7,9	8,3	0,3	108	100	36,00
Картофельное пюре	3,9	5,9	26,7	176	180	13,08
Чай «Витаминный»	0,7	0,1	19,8	82,9	200	3,01
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	80	3,36
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	40	1,84
Вафли мягкие с начинкой					40	10,00
Чоко Пай					30	9,46
Итого						80,00

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Ватрушка» Царская»	14,5	10,00	32,5	278	200	109,66
Бутерброд с маслом и Пошехонским сыром	5,4	5,9	9,8	114	20/10/5	6,79
Кофейный напиток	2,2	1,9	17,0	94	200	3,74
Хлеб ржаной	1,0	0,2	5,0	26	20	0,92
Итого						121,11

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	ЭЦ ккал	выход	сумма
Салат из моркови с огурцами	1,1	4,0	8,7	75	80	6,10
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	5,9	5,7	15,2	136	250/10/5	11,81
Биточки рыбные	12,9	7,07	15,1	181	120	33,39
Картофель отварной с маслом	2,9	5,5	21,8	148	150	7,08
Напиток из шиповника	0,7	0,3	22,8	97	200	5,33
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	118	60	2,94
Хлеб ржаной	2,0	0,4	10,0	52	40	1,84
Итого						68,49

Повар



Елхова А.А